



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ISPANAK YATAĞINDA TARTAR SOSLU SOMON

1 çorba kaşığı İçim Tereyağı
2 adet somon fileto, derisi ayıklanmış
250 gram ıspanak
2 çorba kaşığı İçim Şef Krema
½ limonun suyu
1 çorba kaşığı kapari
2 çorba kaşığı maydanoz, doğranmış
Tuz

Tavada İçim Tereyağı'nı ısıtın. Somon filetoalarının tuz ve karabiber ile tatlandırın. Kızgın yağda her iki tarafını da 4'er dakika pişirin. Dinlenmeleri için bir tabağa alın.

Somonları çıkardığınız tavaya ıspanakları ekleyin. Tuz ekleyin ve kapağını kapatıp yumuşamaları için 1 dakika bekletin. Kapağını açın ve 1 dakika daha karıştırarak pişirin. Ispanakları tabaklara aktarın ve üzerlerine somonları yerleştirin.

İçim Şef Krema'yı tavada ısıtın. Limon suyu, kapari ve maydanozu ekleyin.

Kaynamasına izin vermeden sosu somonların üzerine dökün ve limon dilimiyle birlikte servis edin.

